سلسلة الكتب السعدية

الماء أصل الحياة

جمع وترتيب

السيد محمد بن علوي العيدروس (سعد)

بسم الله الرحمن الرحيم

المقدمة ...

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف المرسلين ، سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين :-

قال تعالى :- {وَجَعَلْنَا مِنَ الْمَاء كُلَّ شَيْءٍ حَيٍّ أَفَلَا يُؤْمِنُونَ }الأنبياء ٣٠

الماء :- ذلك الجوهر الشفاف المليء بالعجائب والمحتوي على العديد من الفوائد والمتضمن في تركيبه لأنواع من العلاجات لأمراض مختلفة .

فبوجود الماء في أي شيء يجعله ينبض بالحياة . فالماء بسيط في تركيبه لكنه أغنى المواد الطبيعية ذو الخصائص والأسرار الفريدة والعجيبة فيوجد من حولنا في صوره الثلاث إما سائلاً أو متجمداً أو بخاراً ونراه يأتي إلينا من مصادره المتنوعة إما ممطَراً من السماء أو متفجراً من أعماق الأرض أو فائضاً من فوق سطوح الجبال ... ولوجود الخصائص المميزة في الماء استفاد منه الإنسان منذ القدم في العلاج والاستشفاء .

والآن نبدأ معاً لنقرأ موضوعنا لنتعرف على أسرار الجوهر العظيم (الماء)

فنشكر الله الذي وفقنا لإعداد مجموعة هذه الفقرات عن الماء ، وليس لنا الفضل في بعض المواضيع ، ولكننا نقلناها من بعض الكتب فحسب .

نرجو من الله أن ينفع بها ويثيب عليها ويحقق الغرض منها إنه سميع مجيب .

محمد بن علوي العيدروس

الماء أصل مادة الحياة

يكاد الماء أن يكون الركن الأول لمقومات العالم كله . كما قال الله تعالى{وَجَعَلْنَا مِنَ الْمَاء كُلَّ شَيْءٍ حَيٍّ أَفَلَا يُؤْمِنُونَ } إذاً يعتبر الماء أكبر ثروة وأغلى شيء يوجد في هذا العالم وأثمن شيء في حياة الإنسان وبقائه على الأرض وهو من آيات الله الكبرى حيث أن الله سبحانه وتعالى يريد أن يعرفنا أهمية الماء وقيمته من خلال هذه الآية إذ يقول جل جلاله{قُلْ أَرَأَيْتُمْ إِنْ أَصْبَحَ مَاؤُكُمْ غَوْراً فَمَن يَأْتِيكُم بِمَاء مَّعِينٍ }الملك ٣٠ يعني بأنه سهل الشرب وسهل التناول وفي الآية الأخرى {وَأَنزَلْنَا مِنَ السَّمَاءِ مَاءً بِقَدَرٍ فَأَسْكَنَّاهُ فِي الْأَرْضِ وَإِنَّا عَلَى ذَهَابٍ بِهِ لَقَادِرُونَ }المؤمنون١٨ويقول سبحانه عز وجل في سورة الواقعة (أَفَرَأَيْتُمُ الْمَاء الَّذِي تَشْرَبُونَ{٦٨} أَأَنتُمْ أَنزَلْتُمُوهُ مِنَ الْمُزْنِ أَمْ نَحْنُ الْمُنزِلُونَ{٦٩}) بلى أنت يا رب !...

دخل أحد الزهاد على الرشيد يوماً بعد أن طلبه فدعا الرشيد أحد خدامه ليشرب فلما أتاه بالماء واستلمه من الغلام فوجد الزاهد – ولعله الفضيل بن عياض – فرصته ليعظ الرشيد فقال للرشيد لو منعت هذه الشربة فبكم تشتريها ؟ فقال : أشتريها بنصف ملكي ! فشرب الماء فقال له الزاهد : لو منع منك خروج هذه الشربة من بطنك فبكم تخرجها ؟ فقال له الرشيد : بنصف ملكي ! فنهض الزاهد وقال له أف لملك لا يساوي شربة وبولة (أو ما معناه)) ...

ومن المعلوم أن ملك هارون الرشيد كان مُلكاً كبيراً إذ كانت الإمبراطورية الإسلامية في ازدهارها . وكانت لا تغيب عنها الشمس وكان يقول إذا نظر السحاب يا سحابة أمطري حيث أردت فخراجك راجع إلي !! فكل هذا الملك لا يساوي شربة ماء .

ثم انظر إلى قيمة هذا الجوهر العظيم الذي نحن نلعب به ونستهين به أيضاً وكان حقاً لو حبست على الرشيد أياماً لاشتراها بملكه كله بل كل شخص صعبت عليه سيشتريها بكل ما يملك .

ولو سجن شخص وجعل عنده كمية كبيرة من الذهب وزود بكل نفيس من الجوهرات ومنع عنه الماء فهل يغنيه كل ذلك عن عدم وجود الماء ؟

ويحكى في الزمن الماضي أن كثيراً من الزهاد والأتقياء يأمر أولاده أو أهله بالنظر في البئر أثناء نزح الماء فإذا طلع الدلو ملآن بالماء شكر الله على هذه النعمة الكبرى وعلى عدم اغوراره من البئر ونظر إليه بعين التقدير والاهتمام .

وقد أمرنا الشارع الكريم بعدم الإسراف فيه لما عرّف قيمته الغذائية والنفعية فجعل ما فوق الثلاث الغسلات إسرافاً ولو من البحر الكبير اغترفنا وجاء في القرآن الكريم {يَا بَنِي آدَمَ خُذُواْ زِينَتَكُمْ عِندَ كُلِّ مَسْجِدٍ وكُلُواْ وَاشْرَبُواْ وَلاَ تُسْرِفُواْ إِنَّهُ لاَ يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ }الأعراف٣١ كما أمرنا الرسول الكريم صلى الله عليه وآله وصحبه وسلم بأن نقول إذا شربنا ((الحمد لله الذي جعله عذباً فراتاً برحمته ولم يجعله ملحاً أجاجاً بذنوبنا)) .

كما نهانا عن الشرب قائمين ولا متكئين تقديراً لهذه النعمة الجليلة وحفاظاً على دوام صحتنا . وأمرنا أيضاً : بمص الماء مصاً ولا نعبَّهُ عبّاً كما ورد في الحديث لأن المص إجلالاً لهذه النعمة وفي العب عدم اكتراث بها .

ويروى عن أحد الصالحين بأنه يسبح الله تعالى بقوله ((سبحان من أعز الذليل وأذل العزيز)) فقد أعز ربنا جل جلاله الذهب والجواهر الثمينة التي لا تسمن ولا تغني من جوع وأذل العزيز – الماء – والنبي الكريم صلى الله عليه وآله وصحبه وسلم جعل الناس كلهم شركاء فيه ولم يجعله ملكاً لأحد دون أحد فقال ((الناس شركاء في ثلاثة : الماء والكلأ والنار))رواه مالك في الموطأ.

تعريف الماء

يقول الفقهاء في تعريف الماء بأنه جوهر شفاف يتلون بلون إنائه وأنه لا طعم ولا ريح ولا لون له .. وبعضهم يقول : أن لونه أبيض ، وقولهم ذلك مرتبط بأن الماء إذا تجمد صار لونه أبيضاً .

وعندما يتساءل العلماء في ما إذا كان هناك من حياة على الكواكب الأخرى فإنهم غالباً ما يسألون هذا السؤال ((هل هناك ماء ؟)) فالحياة كما نعرفها تكون مستحيلة لولا وجود الماء .

والماء مركب لا لون ولا رائحة له وهو يؤلف جزءاً كبيراً من الأحياء وهو موجود في كل مكان في التربة ويوجد في كميات مختلفة من الهواء .

تستطيع الكائنات الحية هضم وتمثيل الأطعمة عندما تكون هذه قد انحلت بالماء فالأنسجة الحية تتألف بصورة رئيسية من الماء . إذاً من أي شيء صنع الماء ؟ إنه مركب بسيط من غازين : الهيدروجين وهو غاز خفيف جداً . والأكسجين وهو غاز أثقل ولكن أشد فعالية ..

وعندما يحترق الهيدروجين في الأكسجين يتكون الماء ولكن الماء لا يشبه أياً من العنصرين الذين نتج منها فهو يمتلك بعض الخصائص المميزة له فقط .

ويوجد الماء شأن المواد الأخرى في ثلاثة أشكال :

١- حالة السيولة : وهي الحالة الشائعة .

٢- حالة الصلابة : التي تدعى الجليد .

٣- حالة الغازية : التي تدعى بخار الماء . وتحدد درجة الحرارة الشكل الذي يتواجد به الماء على كل حال . ففي درجة الصفر المئوية (أو ٣٢ درجة فهرنهايت) يتحول الماء من السيولة إلى الصلابة أو أنه يتجمد . وفي درجة (١٠٠ مئوية) أو (٢١٢ فهرنهايت) يتحول من حالة السيولة إلى حالة الغازية وهذه العملية تغير الماء من حالة السيولة المرئية إلى حالة الغازية غير المرئية وتدعى عملية التبخر .

وهكذا فإذا جلبت قطعة من الجليد إلى غرفة دافئة تبدأ بالانصهار وتصبح ماءً وإذا كانت الغرفة دافئة بشكل كاف تختفي قطعة الجليد الصغيرة أخيراً وهذا السائل يتحول إلى بخار ماء وعندما يبرد الماء يتمدد قبل وصوله إلى درجة

التجمد بقليل . والماء وكما يظهر ويوجد في الطبيعة ليس نقياً بالمعنى الصحيح فهو يحتوي على مواد فلزّية وغازات ذائبة وبعض الكائنات الحية[1] .

تأثير الماء على الأرض والزرع

قال الله تعالى{وَمِنْ آيَاتِهِ أَنَّكَ تَرَى الْأَرْضَ خَاشِعَةً فَإِذَا أَنزَلْنَا عَلَيْهَا الْمَاء اهْتَزَّتْ وَرَبَتْ إِنَّ الَّذِي أَحْيَاهَا لَمُحْيِي الْمَوْتَى إِنَّهُ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ }فصلت ٣٩ . وقد أقر العلم الحديث ((الاهتزاز الأرضي)) أن يلاحظ بعد المطر أو السقي للأراضي المزروعة ارتفاع الأرض .

من عجائب الماء

هل تعلم أن ماء المطر يطلب العلو بينما ماء الأرض يطلب النزول ! فلو وضعنا في حفرةٍ ماء الأرض أي ماء البئر ووضعنا في أخرى ماء المطر فستجد ماء المطر يبقى مدة أطول وماء البئر سرعان ما يغور في الأرض .

وهل تعلم إن جريان الماء إلى جهة الشرق يكون أسرع و أقوى وهذه تشاهد بشكل واضح وبارز بحضرموت بالذات . فيلاحظ إن جريان السيول من أعالي منطقة دوعن ومن جهة الجنوب كلها تتجه إلى جهة الشرق .

وهل تعلم إن من الماء ما هو خفيف الوزن وأيضاً الثقيل في الوزن وكذلك منه الرطب والجاف حيث يمكن للإنسان أن يشعر بثقله وخفته في البطن عندما يشرب وإذا أردت أن تعرف حقيقة تلك الخفة في الوزن فيتطلب إن تبل قطنتان متساويتان في الوزن بمائين مختلفين ثم يجففا وبعد ذلك توزن القطنتين

---

[1]) اهـ . من كتاب أخبرني لماذا صفحة ١١٢ ج ١ .

فأيهما كانت أخف فماؤها كذلك وقد قال أحد المجربين – الذين لهم خبرة في التعامل مع الماء – الماء الذي يسخن سريعا ويبرد سريعا يكون من أخف المياه وهذا شيء ملموس ويوجد في كثير من آبار تريم فكنا نشرب من بئر في الحاوي ولعلها حق المسجد فنجد الثقل في بطوننا ونحس بعكس ذلك عندما نشرب من بئر مسجد شيخ عيديد فماؤها خفيف جداً ومع ذلك أيضاً رطب . والرطوبة في الماء توجد في كثير من الآبار فيلاحظ أن ماء ها ينعم البدن وخاصَة في أيام البرد فيعرف برطوبته عن الدهن حيث باستعماله لا تجد في رجليك أو يديك شيء من سواد البرد[1] أو الصدوع[2]. كما أن مثل هذا الماء الرطب يوجد أيضاً ببئر مسجد شيخ بن عبدالرحمن عيديد الكائن بالنويدرة . ولتوفر تلك الصفة في ماء هذا المسجد كانوا يأتون للوضوء فيه من أماكن بعيدة مثلاً من عند مولى العرض وغيره .

ومن ذكرياتي في الصغر كنت أشاهد الكثير يتسابقون على الوصول إلى المسجد وعلى بركة خاصة ، وبالذات في صلاة الصبح في أيام البرد فتجدهم في الانتظار تحت هذه البركة حوالي العشرين شخص أو أكثر وذلك قبل الأذان لصلاة الفجر .

---

[1]) سواد البرد : يسمى عندنا باللهجة الدارجة (حوسار) .

[2]) الصدوع : عبارة عن تشقق يظهر في اسفل الرجل نتيجة قوة البرد .

ويقال أن من علامات الماء الرطب أن يكون على جوانب البئر والجداول – العتوم – طحلب كثير فهو موجود في هذه البئر المذكورة سابقاً وفي مجاريها .

ـ الماء البارد

جاء في تفسير قول الله تعالى{ثُمَّ لَتُسْأَلُنَّ يَوْمَئِذٍ عَنِ النَّعِيمِ }التكاثر٨ . فقيل أنه يقصد به (الماء البارد) والواقع أنه أكبر نعمة وألذ شيء لما يستلم الإنسان كوب الماء في يوم صائف وخاصة إن كان على ظمأ وقد يعبرون أو يصفون هذه النعمة في الرسائل حيث يقولون (شوقي لكم كشوق الظمآن إلى بارد الشراب) فهو لا شوق فوقه ولا بعده شوق . كما يقال أن في الماء البارد ثلاث فوائد : فهو يهضم الأكل ويقتل الدود في البطن ويخرج الحمد بعد شربه من صميم القلب . وإذا شرب الماء البارد على الريق سهل البطن ونفع من الإمساك . أما الشرب بالليل أي عقب نوم وبعده نوم فالأطباء ينهون عنه ويقولون أنه يسبب مرض الاستسقاء[١] وكذلك ينهون عن الشرب عقب الجماع وأيضاً عن الأكل حتى يتم الغسل من الجنابة وعلى عدم الشرب على التمر فإنه يتحول إلى دم إذا لم يتم الشرب عليه .

والماء البارد نافع لأكثر الحميات شرباً وغسلاً فقد ورد عن النبي ﷺبأن الحمى من فيح جهنم فأطفئوها بالماء . وجاء الطب الحديث يأمر بهذا فتجدهم

---

[١]) مرض الاستسقاء مرض معروف تتورم منه البطن لأنه بواسطة المرض يسكن الماء في لحمة البطن .

يخمرون المناشف بالماء البارد ويضعونها عند الحمى على رأس المريض وعلى بعض أجزاء جسمه كما يضعون أحياناً الثلج على رأس المريض .

والماء البارد المغلي (المفور) هو أصح ما يكون للشرب لأنه يعتبر معقم حيث لا توجد فيه شوائب ولا ترسبات وإذا أردت أن تعرف مثل هذه الشوائب الموجودة في الماء فانظر إلى داخل الأكواز والأواني والبخاريات للشاي والتي يغلى فيها الماء تجدها بعد مدة من الاستعمال تترسب فيها أتربة وشوائب مختلفة بجدرانها مما يصعب إخراجها من تلك الأواني وإنما يتم إخراجها بواسطة الليمون مثلاً .. وشرب الماء البارد قبل الأكل بعدة دقائق يزيد من الشهية للأكل وهو أحسن وألذ من الشرب مع الأكل أو بعده مباشرة وكثير من الناس لا يستحسنونه إلا بعد الأكل بساعة زمنية تقريباً ويستحسن إحضار الماء قبل البدء في الأكل . بينما الإسراف في الشرب نهي عنه في القرآن الكريم في قوله تعالى ((كلوا واشربوا ولا تسرفوا)) والاقتصاد في كل شيء محمود ومطلوب حيث يقولون (من أكل كثيراً شرب كثيراً ومن شرب كثيراً نام كثيراً وبالتالي من نام كثيراً ضيع عمره الثمين)) وللأطباء كلام حيث يقولون : إن أكثر الناس شرباً للماء هم أصحاب مرض السكر إذ من علامات هذا المرض أن يشرب الإنسان كثيراً ويبول كثيراً ويأكل كثيراً ويجامع كثيراً .

ويفضل أن يمتنع الإنسان عن شرب الماء كثير البرودة في حالات الزكام والكحة والالتهابات الحلقية والربو وفي جميع أمراض الصدر . والماء الطبيعي الذي يبرد داخل (القرب) هو أصح من غيره ومن المعلوم أن السموم الحارة

التي تأتي في قلة الصيف تبرد ماء القرب (الشن) وعكسه الريح الباردة التي تهب من الجنوب والمسماة عندنا (علياء) تسخن الماء . كما أن الرياح التي تهب من الشرق تبدد السحاب فإنه حكمة إلهية .

وللماء نسبة كبيرة على الأرض حيث يغطي ثلاثة أرباع الكرة الأرضية ولهذا يوجد له تأثير بالغ على درجات الحرارة والرطوبة وعلى كل الجو السائد .

الماء في القرآن

لا تخلو سورة من سور القرآن الكريم وخاصة السور الطوال إلا ويذكر فيها الماء فانظر كيف جعل الماء من الآيات كخلق السماوات والأرض واختلاف الليل والنهار . وقد سماه الله ((مباركاً)) فقال تعالى (وَنَزَّلْنَا مِنَ السَّمَاءِ مَاءً مُّبَارَكًا) ق.٩

وسماه أيضاً (طهوراً) وسماه (الرحمة) في قوله تعالى{فَانظُرْ إِلَى آثَارِ رَحْمَتِ اللَّهِ كَيْفَ يُحْيِي الْأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا إِنَّ ذَلِكَ لَمُحْيِي الْمَوْتَى وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ }الروم٥٠ وفي قوله (وَيَنشُرُ رَحْمَتَهُ) وسماه (الرزق) فقال تعالى (وَمَا أَنزَلَ اللَّهُ مِنَ السَّمَاءِ مِن رِّزْقٍ فَأَحْيَا بِهِ الْأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا.) وفي الآية الأخرى {وَفِي السَّمَاء رِزْقُكُمْ وَمَا تُوعَدُونَ }الذاريات٢٢ .

نبع الماء من بين أصابعه صلى الله عليه وسلم :

من أعظم المعجزات وأكبرها وأعظمها نبع الماء من بين أصابعه صلى الله عليه وآله وصحبه وسلم وهو أفضل المياه كما أجمع العلماء على ذلك .

روى البخاري في صحيحه عن جابر بن عبدالله رضي الله عنه قال : عطش الناس يوم الحديبية والنبي صلى الله عليه وآله وصحبه وسلم بين يديه ركوة فتوضأ فجهش نحوه فقال مالكم قالوا : ليس عندنا ماء نتوضأ ولا نشرب إلا ما بين يديك . فوضع يده في الركوة فجعل الماء يثور بين أصابعه كأمثال العيون فشربنا وتوضأنا . قلت : كم كنتم ؟ قال : لو كنا مائة ألف لكفانا كنا خمس عشر ومائة .

تعليق :

قال القرطبي : قصة نبع الماء من بين أصابعه قد تكررت منه صلى الله عليه وآله وصحبه وسلم في مواطن في مشاهد عظيمة ووردت من طرق كثيرة يفيد مجموعها العلم القطعي المستفاد من التواتر المعنوي ولم يسمع بمثل هذه المعجزة من غير نبينا صلى الله عليه وآله وصحبه وسلم حيث نبع الماء من بين عصبه ولحمه دمه صلى الله عليه وآله وصحبه وسلم. قال المزني : نبع الماء من بين أصابعه صلى الله عليه وآله وصحبه وسلم أبلغ من المعجزة من نبع الماء من الحجر حيث ضربه موسى صلوات الله وسلامه عليه بالعصا فتفجرت منه المياه

لأن خروج المياه من الحجارة معهود بخلاف خروجه من بين اللحم والدم ومن ذلك تفجير الماء ببركته وانبعاثه بمسه ودعوته .

وروى البخاري ومسلم عن أنس رضي الله عنه قال : أتى النبي صلى الله عليه وآله وصحبه وسلم بإناء وهو ملئ بالزوراء فوضع يده في الإناء فجعل الماء ينبع من بين أصابعه فتوضأ القوم. قال قتادة لأنس : كم كنتم ؟ قال : ثلاثمائة أو زهاء ثلاثمائة .

الماء قوام الدين والدنيا

إن الماء قوام الحياة كلها فهو قوام الدين فلا صلاة إلا بوضوء ولا طهارة إلا بماء . ولا نظافة إلا بالغسل ولو عدنا إلى جسم الإنسان وما يحتويه من الماء فتلاحظ بأنه يحتوي على ثلاثة أرباع من مكوناته ،، فالماء بحق هو قوام الدين والدنيا كما أن الحيوانات والنباتات لا يمكن أن تعيش بدون الماء والهواء ومع النمو السكاني السريع في البشر وحسن أوضاعهم المعيشية ازداد استهلاكهم للمياه بسبب ازدياد حاجتهم له لكن مصادر المياه العذبة من آبار وغيرها قليلة لا تلبي حاجة الاستهلاك المتزايدة وهناك عدة محاولات لإيجاد حلول لهذه المشكلة وهي الاستفادة من مياه البحار للحصول على المياه النقية المطلوبة من ملح كلوريد الصوديوم (ملح الطعام) وأن تكلفة تنقية مياه البحر من هذه الأملاح تكلف من (٥ – ١٠) أضعاف تكلفة استخراج وتنقية المياه الجوفية ، لكي نجعل مياه البحار صالحة للاستخدام في الزراعة والصناعة وغيرها .

سر الماء :

إن الماء الطبيعي الصالح للشرب المستخرج من الآبار وجـد فيـه أن صحة متناوليه تكون أفضل وأحسن من صحة غيرهم ممن هم معتمدين علـى الماء الصناعي الناتج من تبخير ماء البحر بالحرارة ثم تكثيفه مرة أخرى ليعـود إلى ماء خالي من الأملاح (ماء مقطر) .

فقد قامت المعامل بإنتاج ماء مقطر معالج معالجة نموذجية حيث أضيفت إليـه نسب الأملاح المناسبة بحيث يصير الماء غني بالأملاح والمواد الأخرى التي تفيد جسم الإنسان وتم تعبئتها بقوارير (مثل ماء الصحة) ورغم كل ذلك وُجـد أنه هناك سر في الماء الطبيعي غير معروف علمياً بترك بصماته على متناوليـه رغم أنه في الماء الطبيعي قد تكون نسبة الأملاح الذائبة فيه والمواد الأخـرى ليست حسب المواصفات المطلوبة في كثير من الأحيان لكن أهم صفة فيه كونه صالحاً للشرب .

العلاج بالماء

هناك العديد من التجارب للعلاج بالماء من ضمنها تجربة قام بها الاتحاد الياباني للأمراض بلغت نسبة نجاحها ١٠٠% وذلك لعلاج عدد من الأمراض القديمة والعضوية وطريقة العلاج تتمثل في التالي :-

١- استيقظ مبكراً صباح كل يوم وتناول أربعة كأسات ماء كل منها تحتوي على ١٦٠ مل ، على معدة فارغة ولا تتناول أي نوع من الطعام والسوائل قبل مضي ٤٥ دقيقة على شرب الماء .

٢- تناول فطوراً عادياً بعد مضي الـ٤٥ دقيقة .

٣- لا تتناول أي طعام أو شراب خلال الساعتين التاليتين لكل من وجبة الفطور والغداء والعشاء .

٤- بعد العشاء لا تتناول شيئاً لا سيما عند حلول وقت النوم .

ملاحظة

قد يواجه المرضى والمسنون في البداية صعوبة في شرب أربعة كأسات من الماء في وقت واحد ولذا يمكنهم تناول أقل من ذلك على أن يعملوا على زيادة الكمية تدريجياً إلى أن يتمكنوا من شرب الكمية المقترحة كاملة وقد أثبتت نتائج تجربة العلاج بالماء الشفاء من الأمراض التالية بإذن الله تعالى في المدة المبينة قرين كل منها :-

١- ارتفاع ضغط الدم	ثلاثين (٣٠) يوماً
٢- داء السكّري	ثلاثين (٣٠) يوماً
٣- السرطان	ستة شهور
٤- مشاكل المعدة	عشرة أيام
٥- الإمساك	عشرة أيام
٦- السل	ثلاثة شهور

كما ينبغي على الذين يشتكون من التهاب المفاصل أن يكـــرروا هـــذه التجربة ثلاث مرات في الأسبوع الأول ثم يخفضوها إلى مرة واحدة في الصباح وقد يميلون في الأيام الأولى إلى التبول أكثر من المعتاد ولكن لن تكون هنـــاك أي مضاعفات جانبية .

وقد أثبت الطب الحديث ضرورة أن يشرب الإنسان ما يعادل اللتـــرين من الماء يومياً ليساعده في عملية الهضم للطعام وإعطاء الجسم ما يتطلبه مـــن الماء الكافي للمحافظة على سلامة الأعضاء وتنشيط الدورة الدموية وخلايـــا الجسم علماً بأن جسم الإنسان يحتوي على نسبة ٧٥% من الماء .

كما أثبتت التجارب أن الماء علاج الكثير من الأمراض التي تصيب الإنســـان كالصداع وضغط الدم وفقر الدم والروماتيزم والشلل والســـمنة والتـــهاب المفاصل سوى أمراض القلب والكبد والرواسب وغيرها .

وبما أن المعدة بيت الداء فشرب الكمية المطلوبة من الماء تساعد عل تنظيـــف وغسل المعدة وجعل الدم نقياً صافياً . وبالتالي الحفاظ على نضـــارة البشـــرة وجعل الجسم يتمتع بالحيوية والنشاط .

ومن الجدير ذكره هنا أن ابن القيم الجوزية ذكر في كتابه ((الطب النبوي)) أن الماء العذب نافع للمرضى والأصحاء والبارد منه أنفع وألذ حيث لا ينبغي شربه على الريق ولا عقب الجماع ولا عند الانتباه من النوم ولا عقب الحمام ولا عقب أكل الفاكهة وأما على الطعام فلا بأس ه إن اضطر إليه بل يتعين ولا

يكثر منه ليتمصصه مصاص فإنه لا يضره البتة بل يقوي المعدة وينهض الشهوة ويزيل العطش .

والماء الفاتر ينفخ ويفعل ضد ما ذكر آنفاً وبائته أجود من طريه والبارد ينفع من داخل الجسم أكثر من نفعه من خارجه والحار بالعكس وينفع البارد من عفونة الدم وصعود الأبخرة إلى الرأس ويوافق الأمزجة والأسنان والأزمان والأماكن الحارة والماء شديد البرودة يؤذي الأسنان والإدمان عليه يحدث انفجار الدم والنزلات وأوجاع الصدر .

والماء الحار يفسد الهضم شربه ويطفو بالطعام إلى أعلى المعدة ويرخيها ولا يسرع في تسكين العطش ويزيل البدن ويؤدي إلى أمراض رديئة ويضر في أكثر الأمراض على أنه صالح للشيوخ وأصحاب الصرع والصداع البارد والرمد وأنفع ما استعمل من الخارج . كما ذكر الإمام الغزالي في كتابه (الأدب في الدين) في آداب دخول الحمام: أن غسل القدمين بماء بارد يشفي من الصداع وكان دليله من القرآن الكريم قوله تعالى{ارْكُضْ بِرِجْلِكَ هَذَا مُغْتَسَلٌ بَارِدٌ وَشَرَابٌ }ص٤٢ . وإن اختلفت الآراء في تحديد نوع مرض سيدنا أيوب صلوات الله وسلامه عليه . إلا أن المهم هو الماء البارد للاغتسال فيه منفعة رائعة للشفاء من الأمراض وفي هذا الأمر حكمة ومواعظ ، ومن التجربة يتأكد أن الغسل بالماء البارد المعتدل البرودة يذهب الكسل وينشط الجسم ويذهب الوهن وهناك ملاحظة للحفاظ على صحة الإنسان بأن عليه أن لا يغتسل خاصة إذا جاء من الشمس حتى يبرد جسمه من الحرارة .

ومن الحقائق العلمية : أن بوسع الإنسان البالغ السليم أن يصوم عن الطعام نحو أربعين يوماً دون أن يموت ولكنه لا يستطيع أن ينقطع عن شرب الماء أكثر من ثلاثة أيام فقط.

وأكثر الناس شرباً هم المصابون بالسكر ويقولون إذا أردت أن تعرف المريض بالبول السكري فإنه يأكل كثيراً ويشرب كثيراً ويبول كثيراً ويجامع كثيراً .

التأثير النفسي للماء على الإنسان

من حكمة الخالق جل وعلا ونعمته على عباده أن جعل الماء ذا منظر حسن ، ولم يجعله أسود اللون أو ذو رائحة كريهة ولكن لونه الجذاب يدخل على الإنسان الناظر إليه البهجة والانشراح وخاصة إذا كان ذلك الماء جارياً في جداول وأنهار أو غدران (شلالات) وهو من الأشياء التي تذهب الهم والغم ، كما قيل فيه ((ثلاثة أشياء يجلين الحزن : الماء والخضرة والوجه الحسن)) كما أن الماء والحمد لله سهل الشرب عذب الطعم في متناول كل الخلق رقيق المنظر خلاب اللون ، يطربك خريره ويفرحك تجيجه .

جودة الماء : يمكن أن نعتبر جودة الماء من عشرة طرق :-

١- من لونه : بأن يكون صافياً .

٢- من رائحته : بأن لا تكون له رائحة بتاتاً .

٣- من طعمه : بأن يكون عذب الطعم حلوه .

٤- من وزنه : بأن يكون خفيفاً رقيق القوام .

٥- من مجراه : بأن يكون طيب المجرى والمسلك .

٦- من منبعه : بأن يكون بعيد المنبع .

٧- من بروزه للشمس والريح : بأن لا يكون مختفياً تحت الأرض .

٨- من حركته : بأن يكون سريع الجري والحركة .

٩- من كثرته : بأن يكون له كثرة تدفع الفضلات المخالطة له .

١٠- من مصبه : بأن يكون آخذاً من الشمال إلى الجنوب أو من المغرب إلى المشرق

وهذه الأوصاف قد لا نجدها بكاملها إلا في الأنهار الأربعة : النيل والفرات وسيحون وجيحون . وفي الصحيحين من حديث أبي هريرة ﷺقال : قال رسول الله صلى الله عليه وآله وصحبه وسلم ((سيحان وجيحان والنيل والفرات كلها من أنهار الجنة)) .

خفة الماء

وتعتبر خفة الماء من ثلاثة أوجه هي :-

١- سرعة قبوله للحر والبرد (أي التسخين والتبريد) .

٢- بمعرفة وزنه بواسطة الميزان .

٣- أن تبل قطنتان متساويتا الوزن بمائين مختلفين ، ثم يجففا ، ثم يوزنا ، فأيهما كانت أخف فماؤها كذلك .

الفوائد الصحية لمياه الينابيع المعدنية

انتشرت حمامات المياه المعدنية في كثير من دول العالم ومن ضمنها بلادنا اليمن وصارت مواقع جديدة للعلاج ووسيلة فعالة للانتعاش والتخلص من الضغط النفسي ، وتستخدم كذلك لمجرد الاستجمام ، والحقيقة أن قدماء المصريين قد عرفوا فوائد هذه الينابيع المعدنية واستخدموها في العلاج لكثير من الأمراض

قبل العالم الحديث . فيذكر أن المعماري المصري القديم (أموتيب) قد أنشأ مجموعة من الحمامات المعدنية كان يتوافد عليها الأثرياء وبعد الانتهاء من الاستحمام بها كانوا يتجهون إلى حجرة خاصة حيث يقوم العاملون بتغطية أجسامهم بالطين وعمل تدليك لأجسامهم .

تجارب وأبحاث حديثة عن فوائد المياه المعدنية

- في فرنسا أجريت تجربة على ٣٤ مريضاً يعانون من ارتفاع نسبة الكوليسترول بالدم وقد اقتصر علاج هؤلاء المرضى على تناول المياه المعدنية فقط ثلاث مرات يومياً دون أي علاج طبي آخر واستمر هذا العلاج لمدة ثلاثين يوماً وحقق نتائج جيدة للغاية .
- في المجر توصل الأطباء إلى أنه يمكن علاج حالات التهاب المفاصل دون الاستعانة بعقار (الكورتيزون) والاكتفاء بعلاج المرضى عن طريق المياه المعدنية .
- في الإتحاد السوفييتي (دول الكومنولث) تولت الحكومة هناك مراكز العلاج بالمياه المعدنية عناية كبيرة ويتردد عليها أكثر من ستة ملايين مواطن سنوياً .

وتوصل مجموعة من الأطباء في عدد من دول العالم إلى أن أفضل وسيلة لمنع إصابة الجسم بالأمراض وزيادة مناعته ضد أي داء هي المياه المعدنية ، واكتشفوا من تجاربهم أن تلك المياه تفيد في علاج الأمراض التالية :-

١) التهاب المفاصل (الروماتيزم) .

٢) ضعف الدورة الدموية .

٣) التوتر النفسي – والضعف العصبي – والضعف الجنسي .

٤) حب الشباب وحبوب الوجه عامة .

٥) التقيحات والتقرحات .

٦) حساسية الجلد .

٧) الاكتئاب النفسي والإجهاد .

٨) تقلص العضلات .

مياه البحار والأنهار

يحوي ماء البحر ملحاً ومواد كيميائية أخرى ، بينما ماء النهر عذب خال من الملح ، وتتباين ملوحة ماء البحر في أجزاء العالم المختلفة فبحر البلطيق قليل الملوحة لأنه يتغذى بإمدادات كبيرة من الماء العذب وذلك بواسطة الأنهار العديدة التي تصب فيه أما البحر الميت فهو في غاية لأن مدده من الماء العذب شحيح بالإضافة إلى ارتفاع حرارة المنطقة وبالتالي يتبخر الماء مما يزيد من تركيز الملح فيه .

ماء البحر والعلاج به

بما أن ماء البحر يحتوي على نسبة وفيرة من المعادن المختلفة فقد أدرك القدماء قيمة مياه البحر ، الصحية والجمالية ، . فاعتقدوا أن الاستحمام في مياه البحر نوع من التداوي ووسيلة لتجميل الجسم ، ويعتمد هذا على امتصاص جسم المستحم للمعادن النافعة من مياه البحر من خلال سطح الجلد .

مياه الأمطار

تتجمع دقائق الماء المكثفة من بخار الماء في الجو في الظروف الملائمة لتؤلــف قطرات الماء وعندما تصبح القطرات ثقيلة بحيث تعجز تيارات الهواء المرتفعــة في السحابة عن حملها يبدأ هطول الأمطار ، وهناك ثلاثة أنواع من المطر :-

١. مطر جبلي : عندما تصطدم الرياح فترتفع نحو الأعلى فيبرد الهواء عند ارتفاعه وهذا يساعد بخار الماء على التكثف وتكوين المطر الجبلي .
٢. مطر التصعد : عندما تسخن الشمس كتلة من الهواء فتصبح أخف من الهواء المحيط بها فترتفع وتصعد وعندها يكثف بخار الماء .
٣. المطر الجبهي : وهو مطر ينتج من تحرك جبهة دافئة أو باردة في منطقة ضغط منخفض .

أما الثلوج فتسقط عندما يكون الجو شديد البرودة وتتألف الكسفة الثلجية من بلورات جليدية متماسكة تجمدت مباشرة من بخار الماء المتكاثف في درجة حرارة دون درجة التجمد فلم تمر بطور السيولة .

كيفية التعامل السليم مع الماء

الكل يعلم أن الماء أحد الأسس الثابتة لهذا العالم الذي نعيش فيه بل هو الركن الأصلي للحياة كلها . فلو صعدنا على جبل يشرف على مدينة كبيرة مزدهرة فتجدها ما من شيء تقع عيناك عليه من أشجار وبنايات وعمارات وسيارات ومركبات وغيرها كل ذلك قام وأنشئ بواسطة الماء ، أو يدخل في تركيبه أو تشغيله الماء . فلأهمية الماء يتطلب التعامل السليم معه بحيث لا يجوز الإسراف

فيه ولا التلاعب بالزيادة على ما يحتاج الإنسان في مختلف شؤون حياته . كما يتطلب نهي الأطفال الصغار عن فتح (البزابيز) بدون حاجة لهـا وإحكـام إغلاقها لأجل لا تخرج قطرات الماء وتذهب سدى وعند فتح تلك (البزابيز) لا يتطلب فتحها كاملة حتى لا يزيد خروج الماء عن الحاجة المطلوبة وعنـدما تريد أن تشرب خذ طلبك فقط ولا تزيد عن ما تريده فتريقه على الأرض .

ومن الواجب إبلاغ شركة المياه والقائمين عليها سريعاً عن القصب الذي ينساب منه الماء في الطريق حتى يتم تلافيه وإصلاحه سـريعاً ، كمـا علـى الشركة دائماً أن تقوم بتنظيف الخزانات ووضع الـدواء المنظـف والمبيـد لشوائب الماء ، ومن الملاحظ أن هذين الشيئين قد أهملا نوعاً ما في الوقـت الحاضر بالرغم من أهمية ذلك .

لماذا ينبثق الماء من الينابيع

إن جميع المياه التي تنساب من كل ينبوع تكون أولاً سقطت على شكل مطر فماء المطر ينفذ إلى داخل التربة ويدخل إلى الصخور من خلال الشقوق وطبعاً يبقى كثير من الماء قرب السطح ويتبخر في الهواء أو يمتصه النبات من خـلال جذوره .

وتنساب بقية مياه الأمطار إلى الأسفل بفعل الجاذبية وتنحدر إلى الأسفل كلما وجدت شقوق في الصخور تسمح لها بالنفوذ وهناك في أسفل سـطح الأرض ولكن في أعماق مختلفة منطقة تمتلئ فيها الثقوب بالماء وتدعى هـذه المنطقـة منطقة المياه الجوفية ، أما السطح العلوي لهذه المياه فيدعى ((طاولة المـاء))

ويحدث جريان الينبوع عندما يجد الماء فتحة طبيعية في الأرض واقعة تحت طاولة الماء ، وهذا هو سبب وجود معظم الينابيع في الوديان والأماكن المنخفضة فالمياه الجوفية تهرب بشكل ينبوع من خلال الشقوق على طول جوانب أو قعر تلك الأماكن المختلفة المنخفضة ، فالينبوع لا يمكنه تحدي قانون الجاذبية الأرضية فهو يسيل الأسفل من بعض مستويات مائية عليا فوقها.

وبعض الينابيع تستلم مياهها من أماكن عميقة ضمن منطقة المياه الجوفية وهذه الينابيع تنساب طيلة العام وتدعى بـ (الينابيع الدائمة الجريان) وهناك ينابيع أخرى تكون فتحاتها قرب (طاولة الماء) وهي تجري عادة خلال فصل الأمطار عندما تكون طاولة المياه في ذروة ارتفاعها وتدعى الينابيع المتقطعة . ولما كانت جميع الينابيع المائية تمر خلال الصخور أثناء جريانها فإن مياه الينابيع جميعها تحتوي على مواد فلزية مثل الكبريت والمياه التي تحتوي على كميات كبيرة من الفلزات تدعى ((المياه المعدنية)) وهي في بعض الأماكن وخصوصاً في منطقة البراكين لأن الماء فيها يكون ملامساً لبعض الصخور الساخنة تحت الأرض وهذا النوع من الينابيع يدعى ((الينابيع الحارة)) .

والآبار الارتوازية تختلف تماماً عن الينابيع ففي الآبار الارتوازية يغطس ماء المطر إلى داخل الأرض حتى يصل إلى طبقة من الصخور ذات المسام أو طبقة من الرمل مدفونة ما بين طبقتين من الصخور الصلبة .

ويحدث الضغط حول هذا الماء وعندما تحفر حفرة لتصل إلى ذلك الماء فـإن الماء يرتفع بشدة وقوة مكوناً بئراً ارتوازياً وينبغي أن يحفر البئر في نقطة أشـد انخفاضاً من نقطة دخول الماء إلى الأرض[1] .

كيف يتحول الماء إلى جليد ؟

إذا صدف ولاحظت بركة أو بحيرة أو نهراً متجمداً فإنك ترى صفيحة مـن الجليد تبدأ بالتكون فوق سطح الماء .

ألا تعلم أنه لو صدف أن تجمدت البرك والبحيرات والأنهار ابتداءً من القعـر حتى الأعلى فحسب هو الذي يتعرض للتغير في العالم بـل إن هنـاك بعـض المخلوقات التي تعيش في الماء سوف تختفي اختفاءً كلياً .

وهنا سوف أشرح لكم كيف يتحول الماء في البركة إلى جليد .

إنه عندما يبرد الهواء فوق البركة فإن الطبقة العليا من الماء تبرد أيضاً .

وهذه البرودة تجعل الماء أثقل من الطبقات الأسخن في الأسفل وهكذا يغطس الماء البارد إلى الأسفل . وتتم هذه العملية وتستمر حتى يصل الماء جميعـه في البركة إلى درجة (٤°) مئوية . ولكن درجة الحرارة عنـدنا لا تـزال مستمرة في الهبوط فعندما تصبح الطبقة العليا من الماء أبرد من أربع درجات يبقى هذا الماء في القمة والسبب أن الماء الذي يبرد إلى درجة حرارة أقل من ٤ مئوية يصبح أخف وزناً .! ويكون لدينا الآن الطبقة العليا من الماء مستعدة

---

[1]) من كتاب أخبرني لماذا ؟ جـ١ صـ٣٧ .

لبدء في التجمد وهكذا عندما تبقى درجة الحرارة في درجة التجمـــد وهـــي درجة الصفر المئوية أو إذا هبطت إلى درجة أقل فإن تلك البلورات الدقيقـــة تبدأ بالتشكل . وإن كل بلورة من هذه البلورات لها ستة شعاعات أو ســـتة أطراف وعندما تتحد هذه الأطراف بعضها ببعض فإنها تكون الجليد وسرعان ما تظهر صفيحة من الجليد على سطح الماء ويكون الجليد أحيانـــاً صـــافياً وأحياناً قاتماً– لماذا ؟ السبب هو أنه عندما تتجمد كل قطرة من قطرات الماء تطلق فقاعة صغيرة من الهواء وهذه الفقاعة تلتصق بذراع أو أطراف البلورة وحالما تتشكل البلورات أكثر تبقى الفقاعة منحصرة وعندها يظهر لنا الجليد قاتماً ، وإذا كان الماء تحت الجليد متحركاً تتجمع فقاعات الهواء لتصبح جليداً صافياً . فالماء بدلاً من أن يتقلص أو ينكمش يتمدد وذلك بمقدار ٩/١ مـــن حجمه ولهذا فإن ٩ ليترات من الماء تعطيك ١٠ ليترات من الجليد الصلب .

التركيب الكيميائي للماء

تيقن أيها الواقف أن قدرة الله صالحة لكل شيء ((إن الله على كل شيء قدير)) ومن هنا فإن الله قادر على أن يخلق الشيء من أضداده فالماء مثلاً الذي هو عمود الحياة لكل شيء فإنه يتركب من غازين مهمين بالنسبة للنار التي هـــي ضد الماء ، فسبحان الله ! حقق علماء الكيمياء أن الماء النقي (بخـــار المـــاء) يتكون الجزيء الواحد منه من ذرتين :–

١) هيدروجين : الذي من خواصه أنه يشتعل مع حدوث فرقعة ويدخل أيضاً في صناعة القنابل .

٢) أكسجين : الذي من خواصه أيضاً أنه يساعد على الاشتعال فالنار لا تستغني عنه أبداً .

فيكون أسم الماء كيميائياً (H_2O) أي ذرتين هيدروجين وذرة أكسجين

قال الله تعالى في سورة التكوير {وَإِذَا الْبِحَارُ سُجِّرَتْ} قال المفسرون : أي توقدت وصارت ناراً تضطرم . ففي هذه الآية إعجاز علمي فالماء يتحول إلى ضده وهو: النار .

فنسأل الله أن يجيرنا من حر النار ، ويلطف بنا كما برّد علينا الماء وجعله ثلجاً وبَرَداً .

كيف يعتبر الماء صالحاً للشرب ؟

قد نسأل لماذا لا نشرب الماء الذي نجده كما هو ؟ لماذا يجب أن يكون صالحاً للشرب ؟ . السبب هو : أننا لا نحصل على الماء الصافي إلا بصعوبة ، وإن أنقى مصدر للماء الطبيعي هو الثلج ثم يليه ماء المطر ، ولكن ماء المطر قد يحتوي على غازات منحلة من الهواء ومقدار ضئيل من ثاني أكسيد الكربون والكلور ، والسلفات والنترات والأمونيا) لذلك فهو ليس صافياً تماماً .

كذلك ماء الأنهار الصغيرة والبحيرات الموجودة في الجبال يمكن أن تحتوي على أملاح لا عضوية منحلة وماء الأنهار والبحيرات المنخفضة يكون ملوّثاً .

أما ماء الآبار والجداول فيصفى بواسطة الأرض وبذلك يكون صافياً إلاّ أنه قد يحتوي على أملاح لا عضوية .

من هنا نجد أن الماء الذي نشربه يجب أن يصفى لعدة درجات وهناك طرق عديدة لذلك وإحدى هذه الطرق هي عملية ((الترسيب)) وهي حفظ الماء في خزان لمدة من الوقت حيث تترسب التلوثات الصلبة في الأسفل وتفقد معظم البكتريات قوتها عندما يحفظ الماء في الخزان . وهذه الطريقة ليست كافية لجعل الماء صافياً وصالحاً للشرب تماماً ، إذ لابد من إضافة بعض المواد الكيماوية لتؤمن ترسيب أفضل كذلك يمكن إزالة الطعم والروائح والغازات المنحلة .

وقد اكتشف منذ عدة سنوات خلت ، بأن ترسيب الماء في الرمل يساعد على إزالة التلوثات والبكتريات مما دفع إلى إحداث طرق عديدة لتصفية الماء بالرمل عبر آلات سريعة وكبيرة .

وأكثر الطرق شيوعاً لتصفية الماء هي المزج ، وهي طريقة سهلة ورخيصة وفعّالة ، حيث يضاف حوالي ٢ كيلو من الكلور إلى ١ مليون لتر من الماء وهذا المقدار كاف للقضاء على البكتيريا الموجودة في الماء . اهـ . أخبرني لماذا جـ٢ صـ٣٥٥ .

ومما يجدر ذكره ويتعلق بالماء :-

- أنه خلال ٢٤ساعة فقط يشرب إنسان نحو ٢.٥لتر من الماء وينتج نحو ١.٥لتر تقريباً من العرق والبول، ونصف لتر تقريباً من اللعاب ، ويخرج نحو نصف لتر آخر من بخار الماء مع هواء الزفير .

❖ أن استهلاك مدينة تريم في عام ١٩٩٦م في شهر واحد فقط ((٥٧٣٩٠٦٠)) جالون . أما السنوي ((٢٠٩٤٧٠٦٩٠)) جالون وهذا فوق الإسراف .

((ماء زمزم))

من حديث جابر وابن عباس وابن عمر ومعاوية كلهم مرفوعاً عدا معاوية ، قال رسول الله صلى الله عليه وآله وصحبه وسلم ((ماء زمزم لما شرب له)) فقوله (ماء زمزم) قال المناوي رحمه الله هو سيد المياه وأشرفها وأجلها قدراً وأحبها إلى النفوس . أما قوله عليه الصلاة والسلام (لما شرب له) فقال : لأنه سقيا الله وغياثه لولد خليله فبقي غياثاً لمن بعده ، فمن شربه بإخلاص وجد ذلك الغوث وقد شربه جمع من العلماء لمطالب فحصلوها .

حرص السلف الصالح على الشرب من ماء زمزم سمعنا كيف أن الرسول عليه الصلاة والسلام كان حريصاً على الشرب من ماء زمزم وعلى أثره سار السلف الصالح فكانوا يستحبون لمن جاء إلى البلد الحرام ودخل إلى بيت الله الحرام أن لا يغادره إلاّ بعد الشرب من ماء زمزم وقد شربه جماعة من السلف الصالح لمقاصد جليلة فنالوها . ويجدر بنا هنا أن نذكر بعضاً من هؤلاء وتجاربهم الشخصية مع ماء زمزم:

* الحكيم الترمذي رحمه الله :- يقول الحكيم الترمذي : الشارب لماء زمزم :- إن شربه لشبع أشبعه الله .إن شربه لريّ أرواه الله . إن شربه لشفاء شفاه الله .إن شربه لسوء خلق حسنه الله . إن شربه

لضيق صدر شرحه الله .إن شربه لانفلاق ظلمات الصدر فلقها الله . إن شربه لغنى النفس أغناه الله . إن شربه لحاجة قضاها الله . إن شربه لأمر نابه كفاه الله . إن شربه لكربة كشفها الله . إن شـــربه لنصـــرة نصره الله .

وبأي نية شربه من أبواب الخير والصلاح وفّى الله له بـــذلك ، لأنـــه استغاث بما أظهره الله تعالى من جنته غياثاً .

كل ذلك يتوقف على قوة إيمان الشارب وقوة نفسه واستعداده وقوة توكلـــه على ربه وثبات قلبه فإن ماء زمزم سلاح والسلاح بضاربه .

ويقول الحكيم الترمذي أيضاً : حدثني أبي قال : دخلت الطواف في ليلة ظلماء فأتى من البول ما شغلني ، فجعلت أعتصر حتى آذاني ، وخفت إن خرجت من المسجد أن أطأ بعض تلك الأقدام وذلك أيام الحج ، فذكرت هذا الحـــديث ، فدخلت زمزم فتضلعت فذهب عني إلى الصباح .

* حبر الأمـــة عبدالله بن عباس رضي الله عنهما :– كان عبـــدالله بـــن عباس رضي الله عنهما يقـــول : (صلّوا في مصلّى الأخيـــار ، واشربوا من شراب الأبرار ، قيل له : وما مصلّى الأخيار ؟ قال : تحت الميزاب . قيل له : وما شراب الأبرار ؟ قال : ماء زمزم .

وعن ابن مليكة قال : جاء رجل إلى ابن عباس فقال له : من أين جئت ؟ قال : شربت من زمزم . قال ابن عباس : أشربت منها كما ينبغي ؟ قال : وكيف ذاك يا ابن عباس ؟ قال : إذا شربت منها فاستقبل القبلة واذكر الله وتـــنفس

ثلاثاً وتضلع منها فإذا فرغت فاحمد الله . وكان رضي الله عنه إذا شـــرب من زمزم قال : (اللهم إني أسألك علماً نافعاً ورزقاً واسعاً وشفاءً من كـــل داء) ولقد عرف ابن عباس بأنه ترجمان القرآن ولقب بالبحر لكثرة لعلمه . وكـــان صاحب رزق واسع ولم يأته المرض إلاّ في الكبر وما تلك إلا من بركات مـــاء زمزم.

* الإمام جلال الدين السيوطي :- يقول الإمام جلال الدين الســيوطي عن نفسه في كتابه ((حسن المحاضرة في أخبار مصر والقاهرة)) ســافرت – بحمد الله – إلى بلاد الشام والحجاز واليمن والهند والمغرب والتكـــرور ولمـــا حجـــجت شربت من ماء زمـــزم لأمور منها :-

١ – أن أصل في الفقه إلى رتبة الشيخ سراج الدين البلقَيني .

٢ – وفي الحديث إلى رتبة الحافظ ابن حجر .

وذلك لإيمانه بصـــدق قول رسول الله صلى الله عليه وآله وصحبه وســـلم ((ماء زمـــزم لما شرب له)) . وقد تحقق للإمام جلال الدين ما أراد ، ومنّ الله عليه بما أراد وزيادة .

يقول الإمام رحمه الله :- أفتيت في مستهل ســـنة إحـــدى وســـبعين – أي وعمره أثنين وعشرين سنة – وعقدتُ إملاء الـــحديث سنة اثنتين وسبعين – أي وعمره ثلاثة وعشرين سنة – ورزقتُ التبحر في العلـــوم الســـبعة : الحديث والتفسير والفقه والنحو والمعاني والبيان والبديع على طريقة العرب البلغاء ، لا على طريقة العجم وأهل الفلسفة وأعتقد أن الذي وصلت إليه

من هذه العلوم السبعة سوى الفقه والنقول التي اطلعت عليها ، لم يصل إليه ولا وقف عليه أحد من أشياخي فضلاً عمن دونهم . وكان كلما وصل إليه الإمام السيوطي من رتب سامية في مختلف العلوم كان من بركات ماء زمزم

ترتيب الماء في الأفضلية

قال التاج السبكي :-

وأفضل المياه ماء قد نبع   من بين أصابع النبي المتبع

يليه ماء زمـــزم فالكوثر   فنيل مصر ثم باقي الأنهر

ولشرف الماء فقد ذكر في القرآن الكريم في ثلاثة وستين موضعاً .

ومن آداب شرب الماء :-

أن لا تشرب إلا وأنت جالس ، و أحذر أن تشرب قائماً فإنه يورث وجـــع الركب (الروماتيزم) كما نسمع ، ومُصّ الماء مصاً ولا تعبّه عبّـــاً ، ولا تنس البسملة عند تناول الماء باليمين ولا تتنفس في الإناء ، واشرب في ثلاث دفعات ، ولا تنس أن تشكر الله على هذه النعمة العظمى بقولك ((الحمد لله الذي جعله عذباً فرأتا برحمته ولم يجعله ملحاً أجاجاً بذنوبنا)) .

بعض الفوائد المجربة للماء

(١) من الوصايا لابن عربي بعد أن تكلم عن الماء وأدب الشرب قـــال : ((وإذا أخذك الفواق اشرب من الماء سبع شربات فإنه ينقطع عنك ، هـــذا جرّبته بنفسي صـــ٣٣ .الفواق : الشهقة وشخوص الريح مـــن الصـــدر

ولعلها المسماة عندنا الفهقة والله أعلم وهي تزول بالماء أيضاً . وأيضاً يسقون الماء البارد من خنقته العَبرة إذا نابته نائبة فإنه يخفف عنه ويهدّيه ، هكذا رأينا الكثير .

(٢) إذا استعصى عليك خروج البول منك فمما يساعد على خروجه ويسهّله (فتح البزبوز الذي به الماء واجعل خروجه دقيقاً بحيث يكون كالخيط يجري منه ثم انظر إليه) فإن ذلك يسهّل خروج البول .

(٣) إذا وجدت شخصاً مثلاً مرّت عليه أيام ولم يشرب وكاد يهلك وعندك ماء تقدر أن تسعفه به فلا تعطيه إياه دفعة واحدةً بل يكون على دفعة حتى يتراجع .

ملاحظة :- لا أدري من أين جاءت كلمة (أخسف أو مخسوف) نعوذ بالله من الخسف لأنها كلمة شنيعة ولم تأت في القرآن إلا على نوع من أنواع العذاب الشديد ((فَخَسَفْنَا بِهِ وَبِدَارِهِ الْأَرْضَ)) وقوله تعالى ((وَمِنْهُمْ مَنْ خَسَفْنَا بِهِ الأَرْضَ)) وقد ظلم العوام بها الماء فإنهم يقولون (أخسف الماء) فينبغي لكل شخص أن يتجنب هذه اللفظة بل يقول (اخلط الماء قليلا) على الأقل أو اكسره بماء دافئ. وأيضاً كلمة ((قلاس)) فهي كلمة إنجليزية والمقصود بها إناء أو كأس من الماء فمن المستحسن استبدالها بما يقابلها في العربية الفصحى .

في وصف الطبيعة والماء :

لا معنى للطبيعة بدون ماء . قال حافظ أمين :-

تلك الطبــيعة قف بنا يا ساري ... حــتى أريك بديع صنع الباري

الأرض حولك والسماء اهتزتا ... لــروائــع الآيــات والآثــار

من كل ناطــقة الجــلال كأنها ... أم الكتاب على لسان القاري

ولقد تمر على الغــدير تخــاله ... والنــبت مرآةٌ زهــت بإطار

حــلو التسلسل موجه وخريره ... كأنامــل مــرت علــى أوتار

وقال آخر :-

والطل في سلك الغصون كلؤلؤٍ ... رطب يصافحه النسيم فيسقط

والطير تقرأ والغــدير صحيفة ... والريح تكتب والغمام ينــقط

لفت نظر لشركة المياه :

نظراً لأهمية الماء في حياة الإنسان ، وضرورة الحفاظ عليه والاســتفادة القصوى من كل قطرة منه فإننا نلفت نظر شركة المياه ومؤسساتها إلى ضرورة إتباع الإرشادات التالية :-

- اختيار عمال نشيطين في نوبات مستمرة على مدار الأربعــة وعشرين ساعة يومياً سريعين في تأدية عملهم ملبين لكل نداء يصلهم في تنفيذ المهام المناطة بهم .

❖ وضع لافتات أو لوحات في الشوارع والأماكن العامة للتقنين من استخدام الماء وتعريف المواطن بتلفونات الشركة للاتصال المباشر في أثناء حدوث أي عطال وسماع صوت المواطن ورأيه في أي طلب أو رأي حول المياه .

❖ تنظيف الخزانات الخاصة بالمياه باستمرار وإبعاد ما فيها من الشوائب والترسبات التي قد تضر بصحة المواطن .

❖ استبدال الأنابيب المصدأة وتعهد الموجود فيها في باطن الأرض من فترة لأخرى ، حتى تمنع تعرض تلك الأنابيب للانفجار وعدم التسبب في حدوث أضرار ومشاكل للمنازل والمواطنين.

❖ يجب أن يضع الجميع أمام نظرهم تلك العبارة التي تقول ((قطرات الماء المتوالية تتجمع منها البرك)) .

فائدة ..

في حكمة كون المياه تمثل ثلاثة أرباع الكرة الأرضية وذلك لكي لا يتبخر ، ويمكن توضيحه بمثال : وهو أنك لو معك ماء في كوب ثم سافرت فيمكن أن لا ينقص منه إلا شيء بسيط ولكن إذا فرّقت الماء يتبخر في دقائق ، أي

يتناسب تبخر الماء مع كبر المساحة ولذا يساعد على تكون السحب وفي نفس الوقت كان كثيراً لكي يتبخر مقدار يكون ضئيل بالنسبة لحجمه .

فائدة أخرى

في كون مياه البحار مالحة : وذلك لأنها فيها كائنات كثيرة تموت فلو لم يكن مالحاً لعمّ نتن رائحته جميع الأرض .

فائدة أخرى

المشروب الساخن يبرد الجسم أكثر من المشروب البارد فالمشروب البارد ينعش الفم والأعضاء القريبة منه فقط ، بينما فنجان من الشاي الساخن يؤدي إلى هبوط الحرارة بمعدل درجتين تقريباً من كل الجلد لمدة خمس عشر دقيقة .

حقيقة علمية وإعجاز قرآني :-

من كتاب ((المعجزة)) للمهندس / عدنان الرفاعي :-

وردت كلمة (البَر) في القرآن الكريم ((١٢ مرة)) وكلمة (يبساً) مرة واحدة وهي بمعنى البَر فيكون المجموع ((١٣مرة)) .

ووردت كلمة (بحر) في القرآن الكريم ((٣٢ مرة)) .

فإذا جمعنا النسبتين ١٣+٣٢=٤٥ .

فيتحصل أن نسبة اليابس إلى الأرض تساوي ١٣÷٤٥=٠.٢٨٨٨ .

ونسبة الماء إلى الأرض تساوي ٣٢÷٤٥=٠.٧١١١ وهي النسبة المقررة علمياً في الوقت الحاضر.

وقد دعا سيدنا أبوبكر الصدّيق بثلاث دعوات لما بلغه أن أهل تـريم لم يرتد منهم أحد عن الإسلام في خلافته ، ومنها : البركة في ماءها وقد ظهـر هذا خاصة في أيامنا هذه بقيام هذا المشروع الجديد للمياه لأنهم وجدوا مـاءً غزيراً جداً .

فائدة

عن سيدنا علي بن أبي طالب كرّم الله وجهه قال : أما الدنيا فستة أشـياء :- مطعوم ومشروب وملبوس ومركوب ومنكوح ومشموم .

فأشرف المطعومات : العسل وهو مذقة ذباب .

وأشرف المشروبات : الماء يستوي فيه البر والفاجر وهو أعز مفقود وأهـون موجود .

وأشرف الملبوسات : الحرير وهو نسج دود .

وأشرف المركوبات : الفرس وعليه تقتل الرجال .

وأشرف المنكوحات : المرأة وهي مبال في مبال تزين المرأة أحسن شيء فيهـا لأقبح شيء فيها .

وأشرف المشمومات : المسك وهو من دم غزاله .

مسألة فقهية

لا تصح الطهارة بالماء المستعمل القليل وهو مـا دون القلـتين ، والقلتـان خمسمائة رطل بغدادي عن أثنين وستين وخمسمائة من الأرطـال الحضـرمية

وقدرهما بالمساحة في المربع ذراع وربع طولاً وعرضاً وعمقاً ، وفي الممدود كالبئر ذراعان ونصف عمقاً وذراع عرضاً .

فضيلة سقي الماء وعواقب منعه

وردت حول هذا الموضوع عدد من الأحاديث التي توضح الفضيلة والأجر لسقي الماء وكذلك العواقب المترتبة على منعه فمن هذه الأحاديث :-

١ –عن العرباض بن سارية رضي الله عنه قال ك سمعت رسول الله صلى الله عليه وآله وصحبه وسلم يقول ((إن الرجل إذا سقى امرأته أجر ، قال فأتيتها فسقيتها وحدثتها بما سمعت من رسول الله صلى الله عليه وآله وصحبه وسلم)) رواه الطبراني في الكبير والأوسط .

٢ – وقال صلوات الله وسلامه عليه ((لا تمنعوا فضل الماء لتمنعوا به الكلاء)) أخرجه الشيخان .

وقال صلى الله عليه وآله وصحبه وسلم ((لا تبيعوا فضل الماء))
أخرجه البخاري .

٣ – وقال رسول الله صلى الله عليه وآله وصحبه وسلم ((من منع فضل الماء وفضل كلئه منعه الله فضل يوم القيامة)) رواه أحمد في صحيح الجامع .

٤ – وعنه صلى الله عليه وآله وصحبه وسلم أنه قال ((ثلاثة لا يكلمهم الله ولا ينظر إليهم يوم القيامة ولا يزكيهم ولهم عذابٌ أليم : رجل على فضل ماء بفلا يمنعه ابن السبيل ...الخ)) رواه الشيخان . وزاد البخاري : ورجل منع

فضل مائه فيقول الله تعالى : اليوم أمنعك فضلي كما منعت فضل ما لم تعمل يداك)) .

٥- عن عبدالله بن عمر رضي الله عنهما ((من أطعم أخاه حتى يشبعه ، وسقاه حتى يرويه ، باعده الله من النار سبع خنادق ما بين كل خندقين خمسمائة عام)) رواه الطبراني وابن حبان والحاكم .

٦- عن أبي سعيد رضي الله عنه قال : قال رسول صلى الله عليه وآله وصحبه وسلم ((أيما مؤمن أطعم مؤمناً على جوع أطعمه الله يوم القيامة من ثمار الجنة ، وأيما مؤمن سقى مؤمناً على ظمأٍ سقاه الله يوم القيامة من الرحيق المختوم ، وأيما مؤمن كسا مؤمناً على عُرْيٍ كساه الله يوم القيامة من حلل الجنة)) رواه الترمذي .

٧- عن كدير الضبي أن رجلاً أعرابياً أتى النبي صلى الله عليه وآله وصحبه وسلم فقال : أخبرني بعمل يقربني من الجنة ويباعدني من النار . فقال النبي صلى الله عليه وآله وصحبه وسلم ((أوَّهما أعمَلَتاك قال نعم . قال : تقول العدل وتعطي الفضل . والله لا أستطيع أن أقول العدل كل ساعة ، وما أستطيع أن أعطي الفضل ، قال : فتطعم الطعام وتفشي السلام ، قال هذه أيضاً شديدة . قال فهل لك إبل ؟ قال نعم . قال : فانظر إلى بعير من إبلك وسقاء ثم اعمد إلى أهل بيت لا يشربون الماء إلا غباً فاسقهم فلعلك لا يهلك بعيرك ولا ينخرق سقاءك حتى تجب لك الجنة . قال : فانطلق الأعرابي يكبر فما انخرق سقاؤه ولا هلك بعيره حتى قُتِل شهيداً)) رواه الطبراني والبيهقي .

٨- عن علي بن الحسين بن شقيق قال : سمعت ابن المبارك وسأله رجل : يا أبا عبدالرحمن قرحة خرجت في ركبتي منذ سبع سنين وقد عالجت بأنواع العلاج وسألت الأطباء فلم أنتفع به . قال اذهب فانظر موضعاً يحتاج الماء فاحفر هناك بئراً فإني أرجو أن تنبع هناك عين ويمسك عنك الدم . ففعل الرجل فبرأ . قال البيهقي : وفي هذا المعنى حكاية شيخنا الحاكم أبي عبدالله رحمه الله فإنه قرح وجهه وعالجه بأنواع المعالجة فلم يذهب وبقي فيه قريباً من سنة . فسأل الأستاذ الإمام أبا عثمان أن يدعو له في مجلسه يوم الجمعة فدعا له وأكثر الناس التأمين فلما كان يوم الجمعة الأخرى ألقت امرأة في المجلس رقعة بأنها عادت إلى بيتها واجتهدت في الدعاء للحاكم أبي عبدالله تلك الليلة فرأت في منامها رسول الله صلى الله عليه وآله وصحبه وسلم كأنه يقول لها : قولي لأبي عبدالله يوسع الماء على المسلمين . فجاءت بالرقعة إلى الحاكم فأمر بسقاية بُنِيَت على باب داره وحين فرغوا من بناءها أمر بصب الماء فيها وطرح الجمد في الماء وأخذ الناس في الشرب فما مر عليه أسبوع حتى ظهر الشفاء وزالت تلك القروح وعاد وجهه إلى أحسن ما كان وعاش بعد ذلك سنين)) روى ذلك كله البيهقي .

هل تعلم : أن الشاهي بالماء الكرع يحسن جداً أفضل من الماء العادي .

هل تعلم : أن ماء الكرع ينظف الثياب أكثر من الماء العادي .

هل تعلم : أنه في عام ١٩٩٧م خُصص يوم عالمي للماء سنوياً وذلك يوم ٢٢ مارس من كل سنة .

هل تعلم : أن الضب لا يرد الماء ولا يشرب الماء ، ويقال أنه يبول كل أربعين يوماً قطرة ، وتقول العرب في ذلك : (لا أفعل كذا حتى يرد الماءُ الضبَّ) .
– كتاب نزهة ثقافية – .

هل تعلم : أن سرعة الصوت في الماء تفوق سرعته عبر الهواء خمس مرات أو تزيد وقل في مثل ذلك المسافة التي يقطعها ، وتجدر الإشارة إلى تجربة أجراها علماء جامعة كولومبيا في نيويورك سنة ١٩٦٠م فقد استطاعت أجهزتهم الدقيقة تسجيل صوت التفجير الذي أحدثوه في مياه البحر عند استراليا فاستطاعت تسجيله في برمودا بعد مضي ساعتين وأربع وعشرين دقيقة ، والمسافة بين استراليا وبرمودا تعادل نصف محيط الكرة الأرضية تقريباً .

فوائد الماء البارد والساخن

من تفسير الطنطاوي

الماء الساخن :–

إن الذين يشكون من الإمساك يستفيدون كثيراً بشربهم كوباً من الماء الساخن إما وقت النوم أو بعد تنظيف الأسنان صباحاً مباشرة .

الماء البارد :–

قليل من الناس يعرفون القيمة الصحية للماء البارد مع أنه في الحقيقة أنفع من الماء الساخن ويمكن أن يستعمله حتى أضعف الناس بنية فالتلفف بثوب مبلول بالماء البارد نافع جداً في الجدري والحمى والأمراض الجلدية ويمكن لجميع الناس استخدامه بدون أدنى خطر .

إن الدوار وجنون الحمى يمكن دفعه حالاً بلف ثوب مبلول في ثلج مذاب على الرأس والذين يشكون الإمساك ينفعهم جداً لف ثوب مبلـــول بـــثلج مذاب على البطن لحين من الزمن . كذلك يمنع كثـــرة الاحـــتلام في أكثـــر الأحيان بهذه الطريقة نفسها .

إن نزف الدم من أي عضو كان ، يمكن منعه باستعمال ثوب مبلول بماء بارد مثلج وكذلك الرعاف يمنع بصب الماء البارد فوق الرأس .

إن أمراض الأنف والزكام والصداع يمكن معالجتها باستنشاق الماء من الأنف ويمكن استنشاقه بمنخر وإخراجه من منخر أو يستنشق بمنخرين معاً وإخراجه من الفم . إن هذه أحسن طريقة لجعل المناخر دائماً نظيفة .

قال بعض الأطباء : إن حرارة البطن تزول باستعمال الماء البارد ، وعلى ذلك أكد غسل البطن وما حوله من الأعضاء بماء بارد .

وقد حكم أحد الأطباء بأن العلاج المائي نافع لجميع الأمراض .

ومن الأشياء التي تشفي الأمراض كما سمعنا وهي من السنن المتروكة والمغفول عنها : الشرب من فضل ماء الوضوء ولو قليلاً قصد السنة .

اليوم العالمي للماء

مر يوم ٢٢ مارس الماضي دون أن يخطر على بال أحد من العاملين في مجـــال المياه في اليمن وغيره بأنه أي هذا اليوم يوم الماء العالمي ورغم أن اليمن تعـــاني وستعاني أكثر في المستقبل القريب من نقص المياه ومن تصحر لا يعلم مداه إلا

الله إلا أن الأمور تسير وكأنه ليس هناك من مشكلة . وفي الوديان الرئيسية والأحواض الهامة التي تعتمد عليها حياة اليمنيين سواء في المجال الزراعي أو في مجال إمداد المدن والقرى بالمياه نشاهد انخفاضاً مفزعاً في منسوب هذه الأحواض ، ونحن هنا لا نريد أن نفزع أحد أو نهول من المشكلة ولكن واجبنا كجهات علمية أن نقرع الجرس أولاً للدولة بشكل عام وثانياً الجهات المعنية المختصة بشكل خاص .

والعجيب في الأمر أنه حين يجتمع أخوة من المختصين والمسئولين عن رسم سياسة استخدام المياه وإدارة المياه في البلاد إذا بنا نسمع أصواتاً عالية من هؤلاء المسئولين يستنكرون عملية إهدار المياه واستترافها من الأحواض بواسطة المواطنين دون رادع أو إحساس بالمشكلة ، ثم ترتفع الأصوات في مثل هذه التجمعات سواء كانت في مقايل القات أو في ندوات تقام من حين لآخر عن المياه وتتساءل كلها عن السياسات المائية التي يجب أن تتخذها الدولة والتشريعات اللازمة لتنظيم هذا الجانب الحيوي والمهم في حيانا اليومية ولقد نشطت بعض الأجهزة في الآونة الأخيرة بالتعاون مع الأمم المتحدة وأخرى مع البنك الدولي وقامت باتصالات عدة من أجل الخروج بتصور واضح حول تنظيم هذا القطاع الحيوي ومن الذي يجب أن يتولى شؤونه وتطبيق التشريعات المنظمة له ولكن لا تزال كل الآراء على الورق ولن ترى النور قريباً كما هو واضح ، فالأزمة السياسية وتجميد الحركة للدولة خلال المدة المنصرمة قد أتت على كل شيء في أعمالنا وفي حياتنا ، وأصابت الناس

بالإحباط والذهول ، ورغم كل ذلك فإن من الواجب أن تظل الأصوات مرفوعة والجهود مبذولة حتى نصل إلى الطريق الصواب ، فالمياه ليست سلعة تعوض بسهولة بينما هي شريان الحياة في العالم .

ألا نرى اليوم كيف نقوم بتلويث مياهنا السطحية رغم قلتها ومياهنا الجوفية التي نلاحقها في أعمق الأعماق في الأرض لنستترفها بشكل عشوائي وسريع ، إن الأمثلة على ذلك كثيرة وواضحة .

وفي صنعاء وصعدة وحوض رداع ووادي سردود ودلتاه وأبين وغيرها وستتبعها أحواض أخرى بدأ النشاط الزراعي وحفر الآبار فيها بشكل كبير وبدون نظام أو إرشاد لأنواع المحاصيل ومقادير المياه التي تتطلبها تلك المحاصيل وخاصة في المحافظات الجنوبية والشرقية في البلاد وهنا لابد أن نتذكر أن اليمن لا تمتلك أية خطة أو رؤى حول ثروتها المائية وما يستهلك منها وما هي الكميات التي تتغذى بها الأحواض المائية من الأمطار وبالتالي ما هو الفارق بين كمية المسحوب من المياه وكمية التغذية وبذلك يمكن احتساب الميزانية المائية للبلاد والتي على أساسها يتم التخطيط للمشروعات الزراعية والصناعية والاستهلاك البشري في الريف والمدن ، إننا نشعر بأننا لا زلنا بعيدين عن مثل هذا التخطيط المتقدم والحضاري ولكن في نفس الوقت نشعر بأننا لسنا في أمان من الناحية المائية بل نشعر بأن الحرب القادمة في الشرق الأوسط ستكون من أجل المياه رغم أن تلك البلدان في حوض البحر المتوسط تمتلك أنهاراً ومصادر مائية كبيرة فما بالنا نحن في اليمن حيث لا

نملك نهراً ولا مصدراً مائياً مضموناً إلا ما نكتشفه في أعماق الأرض اليمنية .
وهنا تأتي أهمية دراسة الأحواض المائية الجوفية في اليمن والتي بدأت من خلال دراسة المياه الجوفية في منطقة إنتاج النفط والغاز في حوض صافر وحوض المسيلة في حضرموت ولهذا ومن خلال كل الحيثيات الواردة في هذه السطور نرى أنه لابد للدولة من إعطاء بعض الاهتمام على الأقل للموارد المائية وإتباع سياسات مائية سليمة تهدف إلى الحفاظ على الثروة وذلك من خلال إنشاء جهاز عالي المستوى ومختص بإصدار التشريعات المائية وتطبيقها ، جهاز يتحمل المسؤولية في الحفاظ على المياه وإدارتها بشكل سليم من خلال كفاءات متخصصة في كل مجالات علوم المياه . وقد رفعت عدة اقتراحات حول هذا الموضوع ، ولكن كما سبق ، وذكرت أن الأزمة السياسية طاغية على كل شيء ، ندعو الله المخرج .

هل نحن في وضع مائي آمن ؟

نعم نحن في أزمة مائية وعمق الأزمة أننا لا نستشعرها ولا نعد العدة لمواجهتها ، كما يغلب سوء تصرفنا بالمياه على كل أنماط حياتنا غير مدركين بأن كل قطرة ماء هي شيء ثمين يحسن بنا المحافظة عليها وترشيد استهلاكها كما يجب الأخذ في الاعتبار أن الموارد المائية ثروة لا يمكن تعويضها أو استبدالها بموارد أخرى ، وأنه لا يهم أننا أهملنا شأنها في الماضي بل الأهم هو تدارك الأمر قبل فوات الأوان .

نقلاً من النشرة الجيولوجية هو وما قبله . نقلناه لأهميته .

ومن المؤسف أن كثير آبار في تريم حتى أنه لا يخلو بيت في تريم من بئر وكلها الآنَ غارت ومنهم من جعلها بالوعة ومنهم من جعلها محل للكداديف (أماكن القمامة) ، وقد عددت بنفسي الآبار التي في حي النويدرة ووجدت أنها أكثر من أربعين بئراً من غير آبار المساجد والآبار الزراعية كلها أصبحت في عداد المفقودات وهذا شيء يؤسف له كثيراً ، وقد رأينا في عدن ذات مرة في أيام حرب التحرير وأيام الحرب الأهلية ، انقطع الماء عن الأهالي وكادوا يهلكون بسبب تفجير قصب الماء بالقنابل والمتفجرات ، فيفجروا القصب عمداً بسبب القنابل المسيلة للدموع ليغسلوا وجوههم فإذا غسلت وجهك ذهب الدمع فاضطروا بعد ذلك للبحث عن الماء ليشربوا فلم تنفعهم إلا الآبار القديمة التي دهم عليها المسنون فذهبوا إليها وهي البئر التي في مسجد العيدروس ولم تكاد تعرف لأنها كانت مسقوفة بأحجار ، فعرفوها وأخرجوا الماء والعفن منها وانهال عليها الأهالي يشربون ويأخذون إلى بيوتهم بالأوعية .
كما أن هناك بئر أخرى بالقرب من مسجد أبان في سوق الحراج كذلك نفس الشيء عملوا لها مثل ما عملوا لبئر العيدروس ، وتلك الآبار عذبة صالحة . وهكذا التاريخ يعيد نفسه . ووجدنا أن كل بئر من الآبار سابقاً في حي النويدرة بجانبها بستان أو جرب فيه النخيل وغيرها من الأشجار وكلها هلكت بسبب الإهمال وتعد هذه خسارة كبيرة بنقص في التمور وغيرها .

وقد ذكرت الآبار التي في حينا هذا لأنني رأيت في تاريخ ثغر عدن لأبي مخرمة ذكر فيه الآبار ، آبار عدن العذبة والمالحة وذكرت ذلك استناداً لهـــذا التاريخ .

لماذا نشعر بالعطش ؟

عندما نشعر بالعطش ولا نملك شيئاً يروي ظمأنا فإننا نعاني أشد المعاناة بحيث لا نفكر بأي شيء آخر ولاشك أن كلاًمنَا قد عانى من العطش بعض الأحيان، ولكن هل تتصوَر أيها القارئ كيف يشعر الإنسان إذا استمر في حالة الظمـــأ أياماً وأياماً إذ أن الإنسان إذا لم يجد شيئاً يشربه لمدَة ثلاثة أسابيع فإنه يموت لا محالة .

عندما نشعر بالعطش ولا نملك شيئاً يروي ظمأنا فإننا نعني أشد المعانـــاة بحيث لا نفكر بأي شيء آخر ولا شك أن كلاً منا قد عانى من العطـــش في بعض الأحيان لكن هل تتصور أيها القارئ كيف يشعر الإنسان إذا استمر في حالة الظمأ أياماً وأياماً . إذ أن الإنسان إذا لم يجد شيئاً يشربه لمـــدة ثلاثـــة أسابيع فإنه يموت لا محالة .

تحتاج أجسامنا إلى تعويض الماء المفرز وإبقاء كميَات المياه متوفرة في الجســـم ومع ذلك فإن ٥٠% إلى ٦٠% من أجسامنا مؤلفة من الماء وفي أثناء يـــوم كامل يفقد الرجل البالغ حوالي ثلثي لتر من الماء خلال عملية التعرُّق ويفرز حوالي اللتر من الماء للتخلص من العضلات في الجسم ، ومن جهـــة أخـــرى سواء شربنا أم لم نشرب فإننا نتناول الماء . إذ عندما يهضم الجسم الطعـــام

فهو يحصل على نحو ثلث لتر من السَائل من هذا الطَعام يومياً ولكن عملية فقدان الماء والحصول عليه ليست كافيةً للاحتفاظ بالتوازن المائي في أجسامنا فالعطش هو ناقوس الخطر الذي يقوم الجسم بقرعه عندما يحتاج الماء .

هذا وإن جفاف الفم أو الحنجرة ليست هي أسباب العطش كما يعتقد البعض إذ أن الجفاف من الممكن أن تسببه عدة أشياء كالعصبيَة مثلاً أو التمارين الرِياضيَة أو الإبطاء في سيلان اللعاب ومن الممكن إعادة سيلان اللعاب (مثلاً بتناول قليل من شراب الليمون) ولكن هذا لا علاقة له بالعطش ، والحقيقة أن اللعاب يسيل بحرية وتكن معدتك ودمك ومثانتك مملوءة بالماء ومع ذلك فأنت تشعر بالعطش . مثلاً هناك أولئك النَاس الذين يشربون الويسكي في إحدى البارات بالكميَات الكبيرة ومع ذلك يشعرون بالعطش إذا حدث وتناولوا شيئاً من الفول السُوداني المالح بين كؤوس الويسكي . وسبب هذا هو أن العطش مسبب عن تغيير نسبة محتويات الملح في الدَم إذ أن هناك نسبة معينة من الملح والماء في أجسامنا فإذا زاد مقدار الملح بالنسبة للماء في الدَم يشعر الإنسان بالعطش وهناك مركز للعطش في دماغ الإنسان وهو يتجاوب مع كميَة الملح في دمنا ، فإذا حدث بعض التغيير فإن هذا التَغيير يرسل الرَسائل إلى مؤخر العنق ومن هناك ترسل الرَسائل إلى الدِماغ وتؤلف هذه المجموعة من المشاعر السَبب الذي يجعلنا نقول إننا عطشى .

وممَا قيل في الماء

وأول خبث الماء خبث ترابه وأول خبث القوم خبث المناكح

وأيضاً :

يميـــت ويحيــي وهو ميت بنفسه ويمشي بلا رجل إلى كل جانب

يُرى في حضيض الأرض طوراً وتارة تراه تسامى فوق طور السحائب

هل تشرب الماء قبل الطعم أم بعده

{الدكتور صبري القبَاني } :-

لا يمضي يوم واحد دون أن يلاحقني سؤال السَائلين عن كيفيَة شرب الماء قبل الطَعام أم بعده ؟

وتنبئنا المعلومات الطِبيَة أنه لا ضرر من شرب الماء مع الطَعام شريطة أن تكون الكميَة قليلة لا تتجاوز القدح مثلاً لأن كثرة شرب السَوائل مع الطَعام تؤدي إلى تمديد العصارات وتقلل من مفعولها الهضمي ويغدو تأثيرها بطيئــاً فيتــأخر الهضم ويشعر المرء بانتفاخ البطن والثقل وبكثرة الغازات .

ويستطيع الإنسان الاستغناء عن الماء بتاتاً مع الطَعام لأن الجسم يتدارك حاجته المائية من ألوان الطَعام جافاً،ومقصراً على اللبن واللحم فيمكن مساعدة المعدة بتناول بعض السَوائل أو الماء على أن لا يتجاوز مقــدار القــدح الواحــد ، وينصح للأشخاص الذين لديهم ميل للبدانة أو السُمنة أن لا يشــربوا أثنــاء

الطَعام ، لأن ذلك يزيد في سمنتهم بسبب احتراق الأغذية وتحولها إلى طبقات دهنيَة ،عوضاً عن احتراقها احتراقا كاملاً يبعث الحرارة والنَشاط في الجسم .
ولا يعني ذلك نصح القرَاء بهجر الماء وعدم شربه فذلك مضر ومؤذ لأن الماء ضروري للجسم كما أنه يقوم بغسل الكليتين وترطيب الجلد ، فإن كثيراً من النِساء اللواتي لا يشربن الماء بكثرةٍ خوفاً من البدانة أو السُمنة متخذات الحمية المفرطة (الرجيم) لهن قانوناً يندهشن في نهاية الشوط من رؤية التجاعيد في وجوههن وأبدانهن وأيديهن ، وعلى هذا فإننا ننصح قرائنا بشرب الماء خارج أوقات الطَعام وأوقات الهضم أي في الصَباح الباكر حيث تكون المعدة خاوية فارغة يمتص جدارها ما يلقى إليه من الماء ليجعل في الدَم فيغسل الكليتين في أقل من ساعة ويخلص الجسم من سمومه وأوشابه ورماله .

وإذا استبد العطش بالإنسان فليتجرع من الماء جرعات قليلة في أزمنة متقاربة لا يعيق هضمه ويسئ إلى الجهاز الهضمي ومعدته ، ويوصي الأطباء مستشيريهم بتناول الماء في فترات ما بين طعامين أو قبل تناول الطَعام بساعة تقريباً أي بعد أن تكون المعدة قد فرغت من واجبها ، وانتهت من هضم ما في داخلها من أطعمة .

{عن كتاب طبيبك معك }

معلومات :

فتح مشروع الماء الذي من وادي دمون يوم الجمعة بتاريخ ٥ ربيع الأول ١٤٢٠هـ الموافق ١٨/يونيو/ ١٩٩٩م وقد افتتحه الرئيس / علي عبدالله صالح ، ويوصف هذا الماء بأنه صحي ونقي وغزير في نفس الوقت .

وقد صلى الرئيس الجمعة في مسجد مولى عيديد وبعدها ألقى كلمة طلبها منه السيد / حسين عيدروس عيديد ثم توجه إلى دار المصطفى وطاف في جميع أجزائه وألقى كلمة فيه أيضاً .

تنبيه مهم

على البلدية والمسئولين في الحكومة أن يبعدوا ولا يعطوا تراخيص للآبار التي تحفر بالقرب من المساجد حيث وجدت بعض الآبار بعد فحص مائها وتحليله أن مائها ملوث وغير صالح للشرب وسبب ذلك أنها بقرب من الآبار الأخرى المجاورة لها . ففي بعض الآبار اتصال مباشر بين البئر والأخرى كالمجاري حتى أن بعض الآبار تسقي بعضها من بعض .

فعلى المسئولين في الدولة والحكومة أن يفكروا في مشاريع تخرج المياه الملوثة كمياه المجاري (البواليع) وغيرها إلى خارج البلد كالمشاريع التي قامت بها بعض الحارات ، فتستفيد منه الزراعة وتسلم البيوت من أضرار المياه .

حكمة :

يقول بعض الحكماء : إننا لا ندرك قيمة الماء إلا عندما تجف البئر .

ومن الأمثال العامية عندنا : ماحد يشرب من بئر ويرمي حجر فيها .

ومنها : الزير ما يسقي البئر .

ومنها : من مات كبيره عورت بثره .

ويطلق اسم العين لعدة معاني منها :

١) عين الإنسان .

٢) عين البئر .

٣) عين الصواب .

٤) عين البلد .

٥) عين الشمس.

أسماء مواضع المياه :

البئر – النهر – البحر – الحسى – القلت – الهمة – الغدير – الغيل – الكريف – الغيظة .

أخي القارئ

مما سبق يتضح لنا أن الماء يعتبر ثروة وطنية غالية وآية من آيات الله الكبرى وركن من أركان العالم المهمة لحياته وعنصره الأول . وهناك خطوات يجب

اتباعها للحد من عملية الإسراف في الماء والاقتصار على أخذ الحاجة الضرورية منه ونوجزها في التالي

١- لا تصب لشربك إلا بقدر ما تحتاج إليه فقط حتى لا يبقى في الكأس زائداً فتريقه .

٢- لا تفتح البزبوز (الصنبور) كاملاً أو حتى نصفه لكي لا تأخذ أكثر مما تحتاجه .

٣- أبعد الأطفال الصغار عن موقع الماء ،حيث يطيب لهم اللعب بالماء وازجرهم عن التلاعب به .

٤- أغلق البزبوز بإحكام حتى لا يكون هناك أي تقطير للماء وإن وجد أي عطال فيها عجل بإصلاحه أو إبداله .

٥- أعلم النساء والأولاد في البيت كيف يقتصدون في استعمال الماء عند غسل الأواني والثياب وكذلك عند الوضوء والغسل .

٦- أبلغ شركة المياه حالاً إذا رأيت هناك أنبوبة في الشارع يتسرب منها الماء وادعهم لإصلاحها بسرعة .

متفرقات :

- حكمة غربية : (إنا لا ندرك قيمة الماء إلا عندما تجف البئر) .
- يستطيع الجمل أن يشرب دفعة واحدة تسعين لتراً من الماء بعد أن يكون انقطع عن الشرب فترة من الزمن .

❖ أشجار الحميرة الإفريقية الضخمة هي خزانات طبيعية للماء ، قادرة على تخزين أكثر من مائة ألف لتر من الماء تحـت القشـرة المجعـدة للشجرة النامية ، يكون الخشب الأسفنجي مشبعاً بالرطوبـة فتأتيـه الفيلة العطشى أحياناً وتهاجمه بأنيابها لتشرب .

❖ قال رجل للشعبي : ما تشتهي ؟ قال : أعز مفقود وأهون موجـود ! فقال الرجل : يا غلام اسقه الماء .

❖ بزق (بصق) رجل في النيل بحضور ذي النون المصري فقال : تعستَ يا بغيض تبزق على نعم الله !!.

والحمد لله رب العالمين

المصادر :-

١ -أخبرني لماذا ؟

٢ -كتاب سين جيم .

٣ -تفسير الطَنطاوي .

ومما صدر من الكتب في المياه

١ -الإشارة والإيماء في حل لغز الماء . للمقريزي .

٢ -البحر الغزير في تقدير الماء الكثير . للمرعشي .

٣ -تجريد الواضح في حكم الماء المطلق والمستعمل لابن زياد

٤ -رفع الاشتباه في مسائل المياه لقطلوبغا

٥ -كتاب المياه لأبي زيد سعيد الأنصاري

٦-عين الحياة في استنباط المياه للدمنهوري

٧-المشكاة في بيان ما وقع الخلاف فيه من مسألة المياه للشهاوي

٨-النظرة في أحاديث الماء والرياض والخضرة للسيوطي

٩-أحكام المياه للعبادي .

١٠-دور الفلك في حكم الماء المستعمل في البرك لابن طولون .

١١-قاطعة القال والقيل في نجاسة الماء القليل . للنجراني .

١٢-قاعدة في المياه والمائعات لابن تيميه .

١٣-الكوكب السَاري في الماء الجاري لعبد الغني السَادات .

١٤-المعزق في مطلق الماء ، والماء المطلق للتَقي السُبكي .

١٥-النباه في علم المياه للعطَار .

ا . هـ . من كتاب معجم الموضوعات المطروقة للأديب عبد الله بن محمَد الحبشي ، ولم نقف على شئ منها إلى الآن ، ومن سوء الحظ أننا لم نعثر على شئ منها فيما عندنا من المكاتب .



المؤلف في سطور ....

هو السيد الشريف الفاضل (محمد بن علوي العيدروس) الملقب (سعد) ولد بتريم سنة ١٣٥١هجرية ونشأ بها وأخذ عن جملة من علماءها وخصوصاً في رباط تريم ، ثم إنتقل إلى عدن لكسب المعيشة ولقي بها قسوة من حكومة ذلك الوقت الشيوعية الحمراء حيث إحجزته في السجن بلا ذنب ولا إحترام كما عملت مع كثير من الصالحين ومع تلك المحنة التي مر بها قدر الله له أن يحفظ كتابه الكريم في غياهب السجن ثم خرج منه بعد أن قضى فيه قرابة أربع سنوات وذلك عام ١٣٩٥هجرية ورجع إلى تريم وأقام بها إماماً في مسجد الإمام السقاف ومعلماً للقرآن الكريم الذي وهبه الله إياه في معلامة أبي مريّم وتوالى عليه الطلاب مع شدة ظلمة الشيوعية في ذلك الزمن ولا زال المعين جار ، شغف المؤلف بالقراءة والمطالعة والجمع حتى بلغت مؤلفاته نيف وسبعين كتابا ، شارك في العديد من الندوات والمرتمرات في البلاد.

طبعت له العديد من الكتب التي عمت الفائدة والنفع والبركة منها:

- الآيات المتشابهات والمتماثلات والمتقاربات ،.
- النيات ..
- مختارات من كلام الإمام الحداد..
- خواص أسماء الله الحسنى ..
- فضائل لا إله إلا الله..
- علاج النسيان..
- كيف تكون غنيا ..
- السنن المهجورة ..
- نتف الزمان في أخبار ما قد كان ..
- ثناء الغريبين..
- فوائد من الإعجاز القرآني..
- خمسمائة سنة من سنن الصلاة..

متع الله به وحفظه .. آمين

الخيل للطباعة والدعاية والإعلان
ت: ٥٧٧-٥١/١-٠٠-٧٧٧٨٤٣٣٧٣